

Männer sind anders. Frauen auch.

... hättest du gar nicht erwartet - oder?

Aber genau so ist es. Und meistens tun wir uns richtig schwer damit. Dabei könnte doch alles so einfach sein, wenn wir wüssten, dass Männer vom Mars kommen und Frauen von der Venus.

Aber damit sind wir schon mitten drin in der Geschichte. **Am besten: du schaust selbst!**

Männer kommen vom Mars, Frauen von der Venus

Wie alles begann...

„Stellen sie sich vor, Mars war einmal der Planet der Männer und Venus der Planet der Frauen ... Eines schönen Tages schauten die Marsmänner durch ihr Teleskop und entdeckten die Venusfrauen. Ein einziger Blick rief bei ihnen Gefühle hervor, die sie noch nie verspürt hatten. Sie verliebten sich unsterblich. Schnell erfanden sie ein Raumschiff und flogen zur Venus. Die Venusfrauen empfingen die Marsmänner mit offenen Armen. Sie hatten intuitiv gespürt, dass dieser Tag einmal kommen würde. Ihre Herzen weiteten sich, und sie verspürten eine Liebe, derart, wie sie es nie zuvor erlebt hatten. Ihre Liebe war wie ein Zauber. Sie freuten sich aneinander und teilten alles. Sie hatten ein königliches Vergnügen daran, sich gegenseitig die Unterschiede ihrer verschiedenen Welten klarzumachen. Viele Monate verbrachten sie damit, voneinander zu lernen, ihre Bedürfnisse, Vorlieben und Verhaltensweisen zu erforschen und zu achten. Viele Jahre leben sie zusammen in Liebe und Harmonie.

Dann entschlossen sie sich, die Erde zu bevölkern. Am Anfang verlief alles sehr harmonisch. Eines Morgens jedoch wachten sie auf, und die Welt war über Nacht eine andere geworden.

Die Erdatmosphäre hatte ihre Wirkung auf sie ausgeübt, und alle verfielen in einen seltsamen Schlaf des Vergessens. An bestimmte Dinge konnten sie sich einfach nicht mehr erinnern. Sie hatten beispielsweise vergessen, dass sie von verschiedenen Planeten stammten. Sie hatten vergessen, dass sie verschieden sein sollten. An einem einzigen Tag war ihnen alles, was sie in den vergangenen Jahren über ihre Unterschiede gelernt hatten, wieder entfallen. Von diesem Tag an lebten Männer und Frauen im Streit miteinander.“



easy way

Der ,easy way'-Stern führt dich durch alle yellow pages. Immer wenn er zu sehen ist, dann gibt's ein Beispiel oder ein Frage zum Vertiefen.

Kannst du diese Geschichte nachvollziehen? Wo sind dir Situationen begegnet, auf die diese Beschreibung zutrifft?

Egal, ob man diese Geschichte hübsch findet oder nicht. So viel scheint festzustehen: Männer und Frauen passen nicht zueinander! Dieses Phänomen kannst du schon bei deinen eigenen Eltern beobachten und spätestens, wenn dir der Prinz oder die Prinzessin deiner Träume begegnet, kommt der Tag, wo du enttäuscht dieses Fazit ziehst.

Irgendetwas scheint gewaltig schief zu laufen in Gottes Welt. Denn Streit ist ja wohl nicht gerade das, auf das Gott steht. Oder?

Kein Irrtum sondern Gottes Weisheit

Nun, zunächst mal ist eine kleine Korrektur unseres obigen Fazits angebracht. Besser wäre doch wohl zu sagen:

Männer und Frauen sind unterschiedlich.

Und das ist beileibe kein Fehler.

☀ *In der Bibel liest du: „Dann sprach Gott: Nun wollen wir Menschen machen, ein Abbild von uns, das uns ähnlich ist. ... So schuf Gott die Menschen nach seinem Bild, als Gottes Ebenbild schuf er sie und schuf sie als Mann und Frau.“ (1. Mose 1, 26-27)*

Wir kleine Menschen sind das Abbild des unendlichen, ewigen Gott. Kein Wunder, dass nicht alles, was Gott ist, in uns Platz hat, sondern, dass er verschiedene Akzente setzte, als er Mann und Frau schuf. Und weißt du, was Gott dazu sagt:

☀ *„Und Gott sah alles, was er geschaffen hatte, und sah: Es war alles sehr gut.“ (1. Mose 1, 31a)*

Zugegeben, diese Begründung ist vielleicht ein bisschen dünn. Aber zunächst mal möchte ich nur festhalten, dass die Unterschiedlichkeit von Mann und Frau (und von Menschen überhaupt) kein Betriebsunfall war oder eine Folge des Sündenfalls ist, sondern in Gottes Absicht liegt!

☀ *Woher kommt es überhaupt, dass wir Unterschiedlichkeit instinktiv als negativ bewerten? Müsste man nicht, wenn stimmt, was eben gesagt wurde, über Unterschiedlichkeit ganz anders denken?*



Vielleicht leuchten dir aber die beiden folgenden Gründe noch viel mehr ein?

1. **Leben ohne Spannung gibt es nicht.** Schau dir einen Körper an – selbst im Schlaf sind Muskeln gespannt. Erst wenn ein Körper tot ist, ist alles „entspannt“. Gott hat Leben so eingerichtet, dass es immer mit Spannung verbunden ist.

2. **Unterschiedlichkeit macht, dass ich den Anderen brauche.** Obwohl wir „soziale Wesen“ sind, also ohne andere Menschen nicht leben können, haben wir doch in uns immer den Trieb, alles allein hinkriegen zu wollen. Aber Gott hat uns so gebaut, dass wir nur als Einheit vollkommen sind und den Platz ausfüllen können, den er sich für uns gedacht hat. Am Miteinander lernen wir, in Verbindung mit Gott selbst zu leben und zu bleiben.
3. **Ich bin einzigartig.** Daraus folgt, dass **jeder andere andersartig** sein muss. Die Spannung, die daraus resultiert, ist also zwangsläufig! Und für die Kommunikation die Konsequenz, dass ich davon ausgehen muss, dass mich niemand versteht.

Okay, das soll hier an Gründen erst mal genügen. Vielleicht hat dich diese Erkenntnis ja schon geschockt? Oder sie hat dich getröstet?

Jetzt gehen wir einen Schritt weiter und schauen uns die Marsmänner und Venusfrauen mal etwas genauer an. Wie sind sie denn?

Der edle Ritter – die schöne Prinzessin: Gesichter der Unterschiedlichkeit

Heimwerkermütze vs. Verbesserungskomitee

1. Männliche Lösungsvorschläge

Die Marsianer schätzen es, Macht zu haben, Kompetent zu sein, effizient zu arbeiten und überhaupt etwas zu leisten. Sie machen ständig etwas, um sich selbst zu beweisen, dass sie etwas können.

Männliches Selbstverständnis definiert sich durch die Fähigkeit, etwas Greifbares hervorzubringen. Erfüllung finden sie in erster Linie im Erfolg.

- Alles bis hin zu Kleidung drückt das aus
- Sach- und Zielorientierung
- Autonomie als Symbol für Effizienz, Macht und Kompetenz
- Auch gut gemeinte Ratschläge werden als „Angriff“ verstanden, denn wer einen Rat braucht ist eben nicht kompetent und mächtig
- Männer lösen Probleme so lang allein, wie sie können. Benötigen sie Hilfe, bitten sie darum.
- Instinktive Regel: Repariere nicht, was nicht kaputt ist.



- Wird ein Mann in die Schilderung eines Problems einbezogen, hört er zu, setzt seine Heimwerkerkürze auf und gibt einen kompetenten Rat.

2. Weibliche Verbesserungskomitees

Frauen haben andere Prioritäten. Sie schätzen Liebe, Kommunikation, Schönheit und Beziehung. Sie verbringen einen Großteil ihrer Zeit, indem sie einander helfen und pflegen

Das weibliche Selbstverständnis definiert sich durch Gefühle und Qualität von Beziehung. Frauen erleben Erfüllung durch Teilen und Mitteilen.

- Gefühle der Frauen werden selbst durch ihre Kleidung ausgedrückt
- Kommunikation ist von vorrangiger Bedeutung und Anteilnahme und Verständnis stellen die Quelle der Befriedigung dar; deswegen braucht eine Frau einen verständnisvollen Zuhörer als Partner
- Beziehungsorientiert und Beziehungspfleger
- Intuition sehr stark entwickelt
- Unaufgefordert Hilfe und Unterstützung anzubieten, ist ein Zeichen großer Zuneigung und somit ein Kompliment für jede Frau, weswegen es für Frauen kein Zeichen der Schwäche ist, Hilfe anzunehmen
- Fühlt sich verantwortlich für Mann, weil sie ihn liebt → will ihm deswegen helfen/ sagen, was er besser/anders machen soll → will nur das Beste für ihn oder sie sorgt sich um ihn → wenn sie das nicht soll, braucht sie dafür Bestätigung (bestätigende Worte)
- Venusianerinnen glauben fest daran, dass alles noch besser funktionieren kann, selbst wenn es schon gut funktioniert; es liegt in ihrem Wesen Dinge zu verbessern
- Rat und konstruktive Kritik sind für Frauen ein Liebesbeweis

Mittel gegen Stress: Höhle vs. Gespräch

1. Die Höhle als Zufluchtsort der Männer

Wird ein Problem für einen Marsianer zu groß, dann zieht er sich in die Höhle seiner Gedanken zurück und konzentriert sich ganz auf die Lösung seines Problems. Normalerweise nimmt er das dringendste oder schwierigste Problem. Mit 95% seiner Gedanken arbeitet er daran. Die restlichen 5% wirken unkonzentriert, verantwortungslos, vergesslich. Ist das Problem gelöst, kommt er von allein wieder aus seiner Höhle hervor.

- Nicht in der Lage daran etwas zu ändern
- Unterstützend: Lösen kleiner Probleme oder Ablenkung durch Tätigkeiten, die weniger als 5% beanspruchen (Fernsehen, Zeitung, Sport, Autofahren, ...)
- Vergessen, dass sie nicht die einzigen sind, die Probleme haben
- Vergessen, zu erklären, was jetzt passiert



2. Das Gespräch als Zufluchtsort der Frauen

Wird ein Problem für eine Venusianerin zu groß, dann fühlt sie instinktiv das Bedürfnis über ihre Gefühle zu sprechen. Dabei springt eine Frau von einem Problem zum nächsten, egal ob klein oder groß, und drückt ihren Ärger aus. Es geht ihr weniger darum eine Lösung zu finden. Zunächst sucht sie Erleichterung, indem sie alles zum Ausdruck bringt und sich verständlich macht. Eine Frau im Stress weitet sich aus und wird von der Vielzahl ihrer Probleme erschlagen. Indem sie über alle möglichen Probleme spricht, ohne sich auf ihre Lösung zu konzentrieren, kann sie sich besser fühlen. Sie erforscht ihre Gefühle und gewinnt ein besseres Bewusstsein dafür, was sie wirklich stört, und plötzlich ist sie gar nicht mehr überwältigt.

- Sprechen über vergangene und zukünftige Probleme, für die es überhaupt keine Lösung gibt, dabei macht sie Gesprächspartner nicht verantwortlich, auch wenn es so scheint
- Erleichterung: bei Besprechen aller Einzelheiten ihrer Schwierigkeiten, denn so wird sie sich klar darüber, deswegen: Zuhörer notwendig (& Verständnis)
- Verschwinden von Stress: umso mehr sie sich verstanden fühlt
- Ausweiten von Problemen: bei Unverständnis
- Ablenkung: durch Sprechen über weniger dringende Probleme oder durch Verwickeln in Probleme von anderen

Energiequellen: Gebraucht werden vs. Etwas besonderes sein

1. Ritter wollen gebraucht werden

Die Motivation von Männern hängt sehr von der Unterschiedlichkeit zur Frau ab. Kaum zu glauben, dass Gott die Energie, die er in uns für diese Welt freisetzen will, so sehr an unsere Beziehung zum anderen Geschlecht geknüpft hat. Aber es ist so. Als die Marsianer durch ihr Teleskop die Venusfrauen sahen, wussten sie plötzlich, dass sie gebraucht wurden. Sie verließen ihre Höhlen, bauten Raumschiffe und zogen in eine neue Welt.

Das Geheimnis der gegenseitigen Motivation: Männer fühlen sich motiviert, wenn sie merken, dass sie gebraucht werden. Wenn einem Mann die Gelegenheit gegeben wird, sein Potential unter Beweis zu stellen, wird er sein Bestes geben. Erst wenn er meint, nichts ändern zu können, fällt er in seine alten egoistischen Verhaltensweisen zurück.

- Die Philosophie: „Ich will gewinnen, es ist mir egal, ob du verlierst!“ wird dadurch aufgehoben → „Ich gewinne, du gewinnst.“
- Liebe befriedigt mehr als Eigenliebe
- Nicht gebraucht zu werden ist für einen Mann der schleichende Tod.
- Geben muss gelernt werden: Die tiefe Angst eines Mannes ist, dass er nicht gut genug oder inkompetent sein könnte. Je mehr Liebe ein Mann empfindet, desto größer ist seine Angst vor dem Versagen und desto kleiner auch seine Bereitschaft, zu geben.



2. Prinzessinnen wollen spüren, dass sie etwas Besonderes sind

Frauen sind glücklich, wenn sie darauf vertrauen können, dass ihre Bedürfnisse erfüllt werden. Frauen brauchen jemanden, der für sie da ist und durch den sie sich geliebt und umsorgt fühlen. Sie wollen etwas Besonderes sein und etwas haben, das nur ihnen allein gehört.

- Philosophie: „Ich verliere lieber, damit du gewinnen kannst!“ wird dadurch aufgehoben → „Ich gewinne, du gewinnst!“
- Frau will nicht mehr nur selbstlos sein, auch mal frei haben und sich umsorgen lassen
- Wenn ihr jemand zuhört, merkt sie, dass sie es wert ist geliebt zu werden → muss sich Liebe nicht verdienen
- Mitgefühl, Verständnis und Wertschätzung können sehr viel bewirken
- Entdecken der Ursachen für Depressionen durch Gespräch möglich
- Nehmen muss gelernt sein: Grenzen zu setzen und etwas anzunehmen ist für eine Frau sehr beängstigend. Sie hat Angst davor, auf andere angewiesen zu sein und dann möglicherweise zurückgewiesen und alleingelassen zu werden.

Sprachbarrieren: Fakten vermitteln vs. Gefühle ausdrücken

1. Männer sprechen über Fakten



Männer und Frauen verwenden zwar dieselben Worte beim Sprechen, jedoch stellen sie sie in unterschiedliche Zusammenhänge und geben ihnen verschiedenen Bedeutungen. Nur selten meinen Männer und Frauen dasselbe, wenn sie dieselben Worte benutzen.

Männer verarbeiten Informationen (=Denken) völlig anders als Frauen. Bevor sie anfangen, zu sprechen, denken sie im Stillen über alles nach, was sie gehört und erfahren haben. Allein mit sich versuchen sie die nützlichste Reaktion herauszufinden. Zuerst formulieren sie die Antwort innerlich, dann sprechen sie. Dieser Prozess kann einige Minuten aber auch Jahre dauern.

- Schweigen des Mannes kann leicht missverstanden werden, weil es das Gegenüber nicht einbezieht.
- Männer müssen Zuhören erst lernen
- Typische Warnsignale auf dem Weg in die Höhle: „Es ist schon gut.“, „Kein Problem“, „Es ist nichts.“ Usw.
- Männer wollen, dass man ihnen zutraut, dass sie ihre Probleme allein lösen können. Männer wollen, dass man ihnen vertraut.

2. Frauen drücken Gefühle aus

Frauen sprechen, vor allem wenn sie verärgert sind, in Verallgemeinerungen und Übertreibungen. Gleichzeitig bitten sie dabei um eine besondere Art von Hilfe. Sie tut das nicht direkt, denn auf der Venus wusste jeder, dass eine gewisse Dramatik in der Sprache immer ein Hilfersuchen beinhaltet.

- Übertreibung der Frau kann leicht missverstanden werden, weil es das Gegenüber wörtlich nimmt
- Es passiert häufig, dass eine Frau zu sprechen beginnt, ohne dass sie bereits weiß, welche Meinung sie vertreten wird. Erst im Lauf ihrer Rede findet sie heraus, was sie sagen will
- Frauen vermitteln beim Zuhören ständig ihre Anteilnahme durch bestätigende Impulse, wie „oh“, „hm“, „aha“, „soso“
- Frauen denken, dass ein Mann sich besser fühlt, wenn sie ihm viele Fragen stellt
- Sie sprechen um Informationen zu vermitteln oder zu sammeln, um zu erforschen, was sie sagen will, um sich besser zu fühlen und um Intimität zu erzeugen. Indem sie jemandem näher kommt und ihn besser kennen lernt, kann sie sich besser kennen und lieben lernen.

Eigenheiten: Gummiband und Wellen

1. Männer sind wie Gummibänder

Wenn sie sich entfernen, gehen sie nur eine bestimmte Strecke weit und kommen dann mit Schwung zurück. Ein Gummiband ist ein perfektes Bild, um die männliche Art, mit Nähe umzugehen, zu symbolisieren.



Ein Mann zieht sich zurück, um sein Bedürfnis nach Autonomie und Unabhängigkeit zu befriedigen. Erhält ein Mann nicht die Gelegenheit, sich zu entfernen, wird er niemals die Chance haben, seinen starken Wunsch nach Nähe zu spüren.

- Bedürfnis nach Intimität und Nähe wechselt mit seinem Bedürfnis nach Autonomie und Ferne
- Wenn ein Mann sich nicht zurückzieht, zweifelt er selbst an seiner Liebe
- Ein Mann verliert sich zu einem gewissen Grade selbst, wenn er sich verliebt. Das „Pendeln“ zwischen Nähe und Distanz hilft ihm, er selbst zu bleiben (werden).
- Ein Mann hat darüber keine Kontrolle
- Männer kennen (je nach ihrer individuellen Entwicklung) Angst vor dem einen oder anderen Pol

2. Frauen sind wie Wellen

Bei einer Frau, die fühlt, dass sie geliebt wird, steigt und fällt ihr Selbstbewusstsein wie eine Welle. Wenn die Welle einer Frau steigt, fühlt sie sich voller Liebe, aber wenn sie fällt, verspürt sie eine innere Leere und braucht jemanden, der sie mit Liebe erfüllt. Aber bevor eine Frau wieder hochkommen kann, muss sie erst einmal auf den Grund des Wellentals angekommen sein und das Gefühl haben, sie wird geliebt. Es ist völlig unberechenbar, wie lange eine Frau in ihrer Tiefstimmung bleibt. Denn manche Wellentäler sind tiefer und manche weniger tief.

- Beim Steigen: fühlt sich voller Liebe; alles i. O.
- Beim Fallen: verspürt innere Leere; braucht jemanden, der sie mit Liebe erfüllt

- Wellental/Zeit des emotionalen Tiefs: Zeit der Frau mit sich ins Reine zu kommen → ansonsten holen die negativen Gefühle sie später wieder ein → braucht jemanden, mit dem sie über Probleme reden kann, der sie anhört und versteht → braucht keine Lösungen, sondern bedingungslose Liebe als Unterstützung
- Ausweg aus dem Loch möglich, wenn der Boden des Tiefs erreicht → Frau fühlt sich dann automatisch besser, genauso plötzlicher Aufstieg möglich (wie vorher Abstieg)
- Symptome für Absturz: Erschöpfung, Unsicherheit, Reizbarkeit, Verwirrung, Hoffnungslosigkeit, Überforderung, Zurückhaltung, Passivität, etc.
- Wellentäler einer Frau sind notwendig, sonst verlieren der Liebesfähigkeit und Hochphasen können möglicherweise nie wieder auftreten

Die Zwölf Arten der Liebe

1. Was Männer wirklich wollen

Die meisten unserer Wünsche können auf das Bedürfnis nach Liebe „reduziert“ werden. Dabei brauchen Männer in erster Linie ganz eigene „Dinge“, die sie spüren lassen, dass sie geliebt sind.



Männer brauchen in erster Linie Vertrauen, Akzeptanz, Anerkennung, Bewunderung und Ermutigung.

- Sie beruhen auf Gegenseitigkeit mit den „Dingen“, die Frauen in erster Linie brauchen.
- Ein gutes Bild dafür ist der „edle Ritter“: In der Tiefe seines Herzens ist jeder Mann ein Held oder ein edler Ritter. Er möchte mehr als alles andere erfolgreich der Frau, die er verehrt, dienen und sie beschützen. Hat er das Gefühl, dass sie ihm vertraut, wird er die edelsten Teile seines Wesens entdecken und gebrauchen. Spürt er Missvertrauen, verliert er etwas von seiner Lebendigkeit und Energie.
- Männer denken: „Repariere nicht, was nicht kaputt ist.“ Deswegen benötigen sie bei Fehlern Vertrauen, nicht Ratschläge.
- Männer wollen in einer akzeptierenden Weise geliebt werden.

2. Was Frauen wirklich wollen

Frauen brauchen in erster Linie Fürsorge, Verständnis, Respekt, Hingabe, Wertschätzung und Sicherheit.

- Sie beruhen auf Gegenseitigkeit mit den „Dingen“, die Männer in erster Linie brauchen.
- Resultiert alles aus Zuhören
- Liebe nehmen und geben abhängig von dem Gefühl, das die Frau sich selbst gegenüber hat → Entgegenkommen/Liebe des Partners notwendig um zu lieben

Punkte sammeln

1. Das Bonussystem der Männer

Männer gehen davon aus, dass sie besonders viele Punkte bei einer Frau sammeln, wenn sie eine große Tat vollbringen. In ihrem Denken ist es am effektivsten, die Zeit nicht mit Kleinigkeiten zu vergeuden, sondern alle Energie und Aufmerksamkeit lieber gleich in große Sachen zu investieren.



Männer glauben, sie bekommen 30 Punkte für ein großes und 1 Punkt für ein kleines Geschenk. Das ist ein Irrtum!

- Männer benötigen Pluspunkte – es motiviert sie.
- Männer geben weniger, als sie nehmen:
 - ... weil sie Fairness idealisieren (ich habe schon gegeben, du bist dran)
 - ... weil sie nicht gebeten werden (du wirst schon sagen, wenn du etwas brauchst)
 - ... weil sie Strafpunkte verteilen (ich nehme dir deine Punkte wieder weg)

2. Wenn Frauen Punkte geben

Frauen vergeben für jeden Liebesdienst, egal wie groß oder klein er ist, 1 Punkt. Jeder Punkt hat den gleichen Wert.

- brauchen persönliche Energie/Bemühung/Aufmerksamkeit ihrer Männer viel dringender als einen reichen Lebensstil
- brauchen viel Liebesbezeugnisse um sich wirklich geliebt zu fühlen
- weibliche Art Punkte zu sammeln ist ein echtes menschliches Bedürfnis
- haben ein Reservoir an Liebe, was regelmäßig aufgefüllt werden muss

Frauen haben das außergewöhnliche Talent sich über kleine Dinge im Leben genauso zu freuen, wie über die großen. Außer wenn sie das Gefühl haben, der Punktstand sei unausgeglichen = wenn sie sich ungeliebt und vernachlässigt fühlt (weil er vielleicht nur mit einem großen Geschenk beschäftigt ist).

Ein guter Tipp zum Schluss...

Das war nun wirklich eine ganze Menge! Hut ab, dass Du es bis hier hin geschafft hast.

Sicher hast Du einiges über dich, aber auch über die Andersartigkeit der Anderen mitbekommen. Vielleicht probierst du nun aus, einiges anders zu denken und zu machen? Vergiss nicht, Leben ist ein Abenteuer, ein Weg, ein Prozess – niemand erwartet von dir, dass du alles bringst und richtig machst. Bei Jesus geht es um dein Herz und um das will er sich kümmern, es heilen, es ermutigen, es schützen!

Mega-Rat

Jesus Christus sagt: *"Ich bin gekommen, um ihnen das Leben zu geben, Leben im Überfluss."* (Joh. 10, 10)

short way

... und hier die Checkliste:

Männer kommen vom Mars, Frauen von der Venus..... 1
 Wie alles begann... 1
 Kein Irrtum sondern Gottes Weisheit..... 2
 Der edle Ritter – die schöne Prinzessin: Gesichter der Unterschiedlichkeit..... 3
 Heimwerkermütze vs. Verbesserungskomitee..... 3
 Mittel gegen Stress: Höhle vs. Gespräch 4
 Energiequellen: Gebraucht werden vs. Etwas besonderes sein..... 5
 Sprachbarrieren: Fakten vermitteln vs. Gefühle ausdrücken..... 6
 Eigenheiten: Gummiband und Wellen 7
 Die Zwölf Arten der Liebe 8
 Punkte sammeln 9
 Ein guter Tipp zum Schluss..... 9

mehr ...

Und da gibt's jede Menge zum Thema zu erfahren:

- Natürlich in der *Bibel*. Immer wieder lesen und neues entdecken
- *John Gray „Männer sind anders. Frauen auch“*: Im Goldmann-Verlag erschienen und die Grundlage für das, was du hier in Kurzform in den Händen hältst. Absolut lesenswert!
- *Paul Bonnors „Konflikte – wie kommuniziere ich mit meinem Nächsten?“*: das gibt's gar nicht als Buch, dafür aber bei Martin als Mitschrift eines Seminars. Erheiternde Einsichten in den Dschungel der menschlichen Kommunikation

Noch mehr zu anderen Themen unter www.cvjm-zwickau.de → Yellow pages